

[01/01 ~ 01/08] スケジュール								2025/12/14	更新
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08		
木	金	土	日	月	火	水	木		

pilatesK 渋谷店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール							2025/12/14 更新		
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24		2025/12/14	更新	
土	日	月	火	水	木	金	土	更新	2025/12/14	更新	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		2025/12/14	更新	
Basic	Body Balance		Leg Lines	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Hip Punch	Body Balance		2025/12/14	更新	
RIRI.G	makiho		Mirai.B	RIRI.G	Mirai.B	Kurumi	makiho		2025/12/14	更新	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		2025/12/14	更新	
Pilates Cardio	Shape up waist		Release & Strength	Hip Punch	Pilates Workout	Power up Control	Basic		2025/12/14	更新	
honoka	honoka		honoka	honoka	makiho	Kurumi	未確定		2025/12/14	更新	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		2025/12/14	更新	
Hip & Leg	Reset Flow		Hip & Leg	Basic	Waist	Basic	Back & Arm		2025/12/14	更新	
RIRI.G	makiho		RIRI.G	Mirai.B	Mirai.B	未確定	honoka		2025/12/14	更新	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00		2025/12/14	更新	
jump to burn	Back & Spine		Animal Stretch	Back & Arm			Hip Punch		2025/12/14	更新	
honoka	honoka		Mirai.B	honoka			makiho		2025/12/14	更新	
16:30 ~ 17:30		close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30		2025/12/14	更新	
Leg Lines		close	Shape up waist	jump to burn			Basic		2025/12/14	更新	
Mirai.B		close	honoka	RIRI.G			未確定		2025/12/14	更新	
18:00 ~ 19:00	Stretch & Conditioning		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		2025/12/14	更新	
Mirai.B		close	jump to burn	Reset Flow			Back & Spine		2025/12/14	更新	
		close	RIRI.G	Mirai.B			honoka		2025/12/14	更新	
							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		2025/12/14	更新
							Basic	Waist		2025/12/14	更新
							RIRI.G	Mirai.B		2025/12/14	更新
							19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		2025/12/14	更新
							Pilates Cardio	Hip & Leg		2025/12/14	更新
							honoka	RIRI.G		2025/12/14	更新
							21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		2025/12/14	更新
							Release & Strength	Pilates Barre		2025/12/14	更新
							RIRI.G	Mirai.B		2025/12/14	更新

pilatesK 渋谷店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール							01/31							
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31		01/31		01/31						
日	月	火	水	木	金	土		01/31		01/31						
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		2025/12/14	更新					
Hip & Leg	Basic	Waist	Basic	Leg Lines	Power up Control	Back & Spine				2025/12/14	更新					
RIRI.G	未確定	makiho	未確定	Mirai.B	Kurumi	honoka				2025/12/14	更新					
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		2025/12/14	更新					
Release & Strength	Pilates Cardio	Back & Spine	Release & Strength	Basic	Hip Punch	Pilates Workout				2025/12/14	更新					
honoka	makiho	honoka	Mirai.B	未確定	makiho	makiho				2025/12/14	更新					
14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		2025/12/14	更新					
Back & Spine	Basic	Body Balance	Shape up waist	Animal Stretch	Basic	Waist				2025/12/14	更新					
honoka	未確定	makiho	Mirai.B	Mirai.B	未確定	honoka				2025/12/14	更新					
16:30 ~ 17:30	jump to burn								15:00 ~ 16:00		2025/12/14	更新				
RIRI.G		close	close	close	close	close	close	close	Stretch & Conditioning		2025/12/14	更新				
									RIRI.G		2025/12/14	更新				
									16:30 ~ 17:30		2025/12/14	更新				
									Reset Flow		2025/12/14	更新				
									makiho		2025/12/14	更新				
									jump to burn		2025/12/14	更新				
									RIRI.G		2025/12/14	更新				
									18:00 ~ 19:00		2025/12/14	更新				
									Animal Stretch	Basic	Back & Arm	jump to burn	Pilates Barre		2025/12/14	更新
									Mirai.B	未確定	honoka	honoka	Mirai.B		2025/12/14	更新
									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		2025/12/14	更新
									Body Balance	jump to burn	Hip Punch	Basic	Shape up waist		2025/12/14	更新
									makiho	honoka	Mirai.B	未確定	Mirai.B		2025/12/14	更新
									21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		2025/12/14	更新
									Reset Flow	Basic	Pilates Cardio	Back & Spine	Basic		2025/12/14	更新
									Mirai.B	未確定	honoka	honoka	未確定		2025/12/14	更新

■ : 体験可能レッスン
 - クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 - ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 - レッスン開始時刻1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。